

## Ініціація

У кожній віковій групі здійснювалась певна підготовка і завершувалась «ініціацією» (посвятою в наступну). Таким чином, до військового життя (хоч постійної армії ще не існувало) готували з дитинства.



Кіровоградський  
державний  
педагогічний  
університет імені

*Citius, Altius, Fortius*

## Зародження фізичної культури і спорту в Україні



Тел.: (555)555-5555

## Фізична культура у період

### Київської Русі

Київської Русі В часи формування Київської Русі наші предки зберегли багато самобутніх традицій національного фізичного виховання. З дитинства молоді прищеплювались потрібні у праці та військовій справі вміння, навички і якості.



В Київській Русі побутувала вікова диференціація молоді, покладена в основу народної фізичної культури:

- в три роки хлопця саджають на коня, і цей обряд назвали «постриги». Цей ритуал князь Ігор здійснив у трьохрічному віці, а в сім — був на навчанні у Новгороді-Сіверському;
- у сім років хлопчик переходить від материнського виховання під нагляд чоловіків (батька або старійшин роду); починається навчання грамоті, стрільбі з лука, володінню списом, арканом, їзди верхи;



- в 12 років хлопчик вважається напівдорослим юнаком і до його навчання залучають «військові
- - в 17-річному віці юнак вважався дорослим і змужнілим.



Кіровоградський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка